Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 83
_____ /Шиманко И.Н./

МЕНЮ
1 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, сыр полутвёрдый)	30	3,82	3,53	10,28	88,80	0,07
2011	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, сахар песок, молоко ультра пастер. 2,5% жирности, масло спадко-сливочное несоленое, соль йодированная)	150	5,66	9,14	29,14	221,82	0,39
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,14	0,00	8,99	36,52	0,03
2024	ТК № 1	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	100	0,40	0,40	9,83	47,15	10,03
Итого			**460**	**10,02**	**13,07**	**58,24**	**394,29**	**10,52**
II Завтрак								
2024	ТК № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ (йогурт питьевой 2,5% жирности 0,5)	200	5,60	5,00	9,02	113,02	1,40
Итого			**200**	**5,60**	**5,00**	**9,02**	**113,02**	**1,40**
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ (капуста квашеная, лук зеленый, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое "л.")	50	0,85	3,07	3,97	48,35	14,64
2024	ТК № 3	БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЯЙЦОМ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (куриная грудка филе, морковь, лук репчатый, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, соль йодированная, петрушка (зелень), яйца куриные (шт.))	165/10/20	4,52	4,23	0,68	58,97	0,81
2012	244	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ (вода питьевая, рыба треска филе, морковь, лук репчатый, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	70	10,75	2,02	1,68	67,87	0,81
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (картофель, морковь, молоко ультра пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	2,70	3,99	18,04	119,51	8,45
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ (варенье, сахар песок, крахмал картофельный, лимонная кислота, вода питьевая)	200	0,09	0,06	31,66	124,93	0,24
2024	ТК № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			**705**	**23,11**	**14,41**	**83,72**	**556,52**	**24,95**
Полдник								
2024	ТК № 6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированое "л.", сухари панировочные, сметана 15% жирности)	180	28,80	16,24	31,29	394,62	0,31
2012	361	СОУС КЛЮКВЕННЫЙ (клюква, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	30	0,10	0,04	14,80	61,71	1,18
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ (сок абрикосовый)	180	0,90	0,00	22,86	99,00	7,20
2024	ТК № 7	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			**430**	**32,80**	**17,44**	**89,51**	**660,13**	**8,69**
Всего				**71,53**	**49,92**	**240,49**	**1 723,96**	**45,56**

МЕДИЦИНСКАЯ СЕСТРА _____

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 83
_____ /Шиманко И.Н./

МЕНЮ
2 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	1,29	2,88	16,02	93,99	1,76
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, вода питьевая, молоко ультра пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	4,30	6,00	21,32	156,21	0,38
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко ультра пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	3,21	2,43	15,46	97,14	0,52
2024	ТК № 10	ГРУША СВЕЖАЯ (груша)	100	0,40	0,30	10,29	46,95	5,00
2024	ТК № 11	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ (йогурт 2,5% жирности 0,125)	100	2,80	2,50	4,51	49,52	0,70
Итого			**580**	**12,00**	**14,11**	**67,60**	**443,81**	**8,36**
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ (молоко ультра пастер. 2,5% жирности)	200	5,94	5,12	9,83	110,52	1,10
Итого			**200**	**5,94**	**5,12**	**9,83**	**110,52**	**1,10**
Обед								
2024	ТК № 18	САЛАТ "ЛЕТНИЙ" (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ, ПОМИДОРЫ, ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ, УКРОП, ПЕТРУШКА) (огурцы грунтовые, перец красный сладкий, томаты грунтовые, масло подсолнечное рафинированое "л.", лук зеленый, петрушка (зелень), укроп, соль йодированная)	50	0,72	2,56	2,44	36,41	49,40
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, макаронные изделия высш.сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое "л.", вода питьевая, куриная грудка филе, петрушка (зелень), соль йодированная)	190/10/1	4,13	4,56	11,71	104,55	3,74
2024	ТК № 12	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ (говяжья печень, крупа рисовая, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	220	26,30	15,60	18,55	348,86	18,47
2024	ТК № 13	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ (сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, вода питьевая)	180	1,01	0,06	22,47	95,32	0,32
2024	ТК № 14	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
2024	ТК № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	15	1,13	0,44	7,71	39,30	0,00
Итого			**681**	**34,28**	**23,35**	**69,24**	**655,03**	**71,93**
Полдник								
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ (соль йодированная, молоко ультра пастер. 2,5% жирности, мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, рыба треска филе, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, яйца куриные (шт.))	70	8,12	5,46	6,36	107,08	0,28
2012	126	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ (картофель, молоко ультра пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	150	2,95	5,03	19,58	135,56	9,46
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ (сок персиковый)	180	1,62	0,18	17,10	72,00	10,80
2024	ТК № 14	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
2024	ТК № 16	ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	21	1,58	2,06	15,62	87,57	0,00
Итого			**436**	**15,26**	**12,86**	**65,02**	**432,80**	**20,54**
Всего				**67,48**	**55,44**	**211,69**	**1 642,16**	**101,93**

МЕДИЦИНСКАЯ СЕСТРА _____

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 83
_____ /Шиманко И.Н./

МЕНЮ
3 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	1,62	8,61	10,82	127,32	0,00
2024	ТК № 17	ОМЛЕТ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ (яйца куриные (шт.), молоко ультра пастер. 2,5% жирности, перец красный сладкий, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	200	17,23	20,54	6,06	278,78	50,56
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, лимон, сахар песок, вода питьевая)	193/7	0,20	0,01	8,22	34,91	1,15
Итого			**430**	**19,05**	**29,16**	**25,10**	**441,01**	**51,71**
II Завтрак								
2024	ТК № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ (йогурт питьевой 2,5% жирности 0,5)	200	5,60	5,00	9,02	113,02	1,40
Итого			**200**	**5,60**	**5,00**	**9,02**	**113,02**	**1,40**
Обед								
2011	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (томаты грунговые, лук зеленый, масло подсолнечное рафинированое "л.")	50	0,86	3,18	2,89	45,52	19,72
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое "л.", вода питьевая, соль йодированная, сметана 15% жирности, петрушка (зелень), говядина б/к)	180/15/5	5,50	7,20	5,52	110,44	7,34
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (говядина б/к, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, лавровый лист)	70	14,07	13,38	2,52	186,62	0,48
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	130	6,66	3,35	30,18	177,19	0,00
2024	ТК № 19	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,00	0,00	14,52	58,05	0,00
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			**680**	**30,66**	**28,16**	**79,53**	**697,21**	**27,54**
Полдник								
2008	337	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ (КАБАЧКИ) С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (кабачки, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	135	1,02	2,10	7,78	55,02	10,44
2012	288	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ (говядина б/к, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, вода питьевая, лук репчатый, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста)	70/25	11,38	10,58	9,70	182,42	0,56
2008	442	СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ (сок мультифруктовый)	180	0,52	0,00	28,81	118,73	0,00
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи, молоко ультра пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое "л.")	60	5,94	1,94	34,57	179,31	0,12
Итого			**490**	**20,18**	**14,80**	**89,34**	**576,27**	**11,12**
Всего				**75,49**	**77,12**	**202,99**	**1 827,51**	**91,77**

МЕДИЦИНСКАЯ СЕСТРА _____

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 83
_____ /Шиманко И.Н./

МЕНЮ
4 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр полутвёрдый, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	3,82	3,53	10,28	88,80	0,07
2024	ТК № 22	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко улбтра пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	150	6,89	7,80	42,67	269,21	0,68
2024	ТК № 23	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко улбтра пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,81	3,12	14,15	101,07	0,58
2024	ТК№ 24	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ (апельсин)	100	0,90	0,20	8,09	42,93	59,90
Итого			**460**	**15,42**	**14,65**	**75,19**	**502,01**	**61,23**
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ (молоко улбтра пастер. 2,5% жирности)	200	5,94	5,12	9,83	110,52	1,10
Итого			**200**	**5,94**	**5,12**	**9,83**	**110,52**	**1,10**
Обед								
2024	ТК № 55	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ (свекла, сыр полутеёрдый, масло подсолнечное рафинированое "л.")	50	3,46	5,30	5,44	83,89	2,63
2024	ТК № 26	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА (свекла, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое "л.", томатная паста, сахар песок, вода питьевая, сметана 15% жирности, говядина б/к, соль йодированная, укроп)	180/8/12	5,09	9,04	12,26	156,21	5,53
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (говядина б/к, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, молоко улбтра пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	70	10,65	11,15	6,69	169,60	0,08
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	150	2,91	2,71	35,09	186,84	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ (чай черный байховый, вода питьевая, варенье)	180/10	0,04	0,03	7,20	27,94	0,12
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	15	1,12	0,43	7,71	39,30	0,00
Итого			**695**	**24,59**	**28,84**	**82,87**	**704,57**	**8,36**
Полдник								
2024	ТК № 27	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (куриная грудка филе, масло подсолнечное рафинированое "л.", лук репчатый, морковь, томатная паста, крупа рисовая, соль йодированная)	200	18,48	22,45	27,14	384,56	1,88
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	ТК № 29	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (яйца куриные (шт.), вода питьевая, творог 5,0% жирности, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, соль йодированная, дрожжи, масло подсолнечное рафинированое "л.", масло сладко-сливочное несоленое, ванилин)	65	8,63	5,27	34,47	220,01	0,04
Итого			**470**	**29,67**	**28,12**	**90,39**	**732,96**	**5,52**
Всего				**75,62**	**76,73**	**258,28**	**2 050,06**	**76,21**

МЕДИЦИНСКАЯ СЕСТРА _____

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 83
_____ /Шиманко И.Н./

МЕНЮ
5 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	1,29	2,88	16,02	93,99	1,76
2024	ТК № 30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, молоко ультра пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	6,16	6,82	32,97	218,28	0,52
2024	ТК № 31	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,14	0,00	8,99	36,52	0,03
2024	ТК № 32	БАНАН СВЕЖИЙ (банан)	100	1,50	0,50	21,02	96,09	10,01
Итого			**460**	**9,09**	**10,20**	**79,00**	**444,88**	**12,32**
II Завтрак								
2024	ТК № 33	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ (кефир 2,5 % жирности)	200	2,93	5,00	13,49	90,89	1,40
Итого			**200**	**2,93**	**5,00**	**13,49**	**90,89**	**1,40**
Обед								
2024	ТК № 34	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ (ПОРЦИОННО) (перец красный сладкий)	50	0,63	0,05	2,38	12,61	40,00
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (соль йодированная, картофель, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированое "л.", лук репчатый, говядина б/к, сметана 15% жирности, вода питьевая, петрушка (зелень))	180/10/10	3,97	5,46	6,59	94,89	3,89
2024	ТК № 35	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ (говядина б/к, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, вода питьевая, соль йодированная, сухари панировочные, масло сладко-сливочное несоленое)	70	11,74	11,07	7,19	175,14	0,00
2011	142	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ (картофель, масло подсолнечное рафинированое "л.", лук репчатый, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, томатная паста, соль йодированная, морковь, лавровый лист)	150	3,23	9,75	22,77	196,76	10,62
2024	ТК № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ (клюква, протертая с сахаром, вода питьевая, сахар песок)	180	0,05	0,00	17,44	69,55	0,00
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			**710**	**23,86**	**27,46**	**84,51**	**688,74**	**54,51**
Полдник								
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ (куриная грудка филе, масло подсолнечное рафинированое "л.", картофель, морковь, капуста цветная, томатная паста, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная)	200	12,74	14,51	20,47	264,05	21,80
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, лимон, сахар песок, вода питьевая)	193/7	0,20	0,01	15,50	64,06	1,18
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированое "л.", яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая)	60	5,17	3,96	38,40	209,61	0,00
Итого			**485**	**19,77**	**18,70**	**84,97**	**588,71**	**22,98**
Всего				**55,65**	**61,36**	**261,97**	**1 813,22**	**91,21**

МЕДИЦИНСКАЯ СЕСТРА _____

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 83
_____ /Шиманко И.Н./

МЕНЮ
6 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр полутвёрдый, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	3,82	3,53	10,28	88,80	0,07
2024	ТК № 38	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ С КУРАГОЙ (вода питьевая, овсяные хлопья "геркулес", масло сладко-сливочное несоленое, молоко ультра пастер. 2,5% жирности, сахар песок, соль йодированная, сушеные абрикосы без косточки (курага))	150	7,31	7,20	38,51	249,20	0,81
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко ультра пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	3,21	2,43	16,14	99,85	0,52
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	4,00
Итого			**480**	**14,74**	**13,56**	**74,73**	**484,85**	**5,40**
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ (молоко ультра пастер. 2,5% жирности)	200	5,94	5,12	9,83	110,52	1,10
Итого			**200**	**5,94**	**5,12**	**9,83**	**110,52**	**1,10**
Обед								
2024	ТК № 18	САЛАТ "ЛЕТНИЙ" (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ, ПОМИДОРЫ, ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ, УКРОП, ПЕТРУШКА) (огурцы грунтовые, перец красный сладкий, томаты грунтовые, масло подсолнечное рафинированое "л.", лук зеленый, петрушка (зелень), укроп, соль йодированная)	50	0,72	2,56	2,44	36,41	49,40
2024	ТК № 39	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированое "л.", вода питьевая, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, соль йодированная, петрушка (зелень))	180/20	3,53	2,09	10,57	75,54	2,74
2024	ТК № 27	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (куриная грудка филе, масло подсолнечное рафинированое "п.", лук репчатый, морковь, томатная паста, крупа рисовая, соль йодированная)	200	18,48	23,43	27,14	393,38	1,88
2024	ТК № 40	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (виноград сушеный (изюм), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	200	0,27	0,06	27,02	110,12	0,00
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			**710**	**27,24**	**29,27**	**95,31**	**755,24**	**54,02**
Полдник								
2024	ТК № 41	КОТЛЕТА РЫБНАЯ (рыба треска филе, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированое "л.", соль йодированная)	70	8,82	5,01	9,17	116,87	0,18
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	140	2,75	4,55	22,21	141,03	11,22
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2024	ТК № 42	ПРЯНИКИ (пряники заварныв)	30	1,77	10,41	12,10	109,80	0,00
Итого			**470**	**17,78**	**21,10**	**85,11**	**561,59**	**15,00**
Всего				**65,70**	**69,05**	**264,98**	**1 912,20**	**75,52**

МЕДИЦИНСКАЯ СЕСТРА _____

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 83
_____ /Шиманко И.Н./

МЕНЮ
7 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	1,62	8,61	10,82	127,32	0,00
2024	ТК № 43	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (яйцв куриные (шт.), молоко ультра пастер. 2,5% жирности, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, горошек зеленый консервы, масло сладко-сливочное несоленое)	200	16,87	17,73	12,64	277,86	1,36
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, лимон, сахар песок, вода питьевая)	193/7	0,20	0,01	8,22	34,91	1,15
2012	368	ГРУША СВЕЖАЯ (груша)	100	0,40	0,30	10,30	47,00	5,00
Итого			**530**	**19,09**	**26,65**	**41,98**	**487,09**	**7,51**
II Завтрак								
2024	ТК № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ (йогурт питьевой 2,5% жирности 0.5)	200	5,60	5,00	9,02	113,02	1,40
Итого			**200**	**5,60**	**5,00**	**9,02**	**113,02**	**1,40**
Обед								
2011	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (томаты грунтовые, лук зеленый, масло подсолнечное рафинированое "л.")	50	0,59	3,13	1,95	39,58	13,54
2024	ТК № 44	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое "л.", сахар песок, вода питьевая, говядина б/к, сметана 15% жирности, соль йодированная, укроп)	170/15/15	5,98	9,83	8,92	152,79	7,35
2024	ТК № 45	ЗРАЗЫ РУБЛЕНЫЕ (ИЗ ГОВЯДИНЫ) (говядина б/к, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое "л.", яйца куриные (шт.), петрушка (зелень), сухари панировочные, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная)	70	9,77	13,74	13,51	220,30	1,91
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	150	2,91	2,71	35,09	186,84	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ (вода питьевая, чай черный байховый, варенье)	180/10	0,04	0,03	7,20	27,94	0,12
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	15	1,12	0,43	7,71	39,30	0,00
Итого			**695**	**21,73**	**30,05**	**82,86**	**707,54**	**22,92**
Полдник								
2024	ТК № 46	СУФЛЕ РЫБНОЕ (рыба треска филе, молоко ультра пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, яйца куриные (шт.))	70	11,32	8,77	2,59	134,34	0,31
2008	175	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД СОУСОМ (молоко ультра пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, капуста цветная, сыр полутвёрдый, масло подсолнечное рафинированое "л.")	130	5,28	13,55	11,21	188,69	32,37
2024	ТК № 47	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (вода питьевая, виноград сушеный (изюм), сахар песок, лимонная кислота)	180	0,31	0,07	26,35	107,83	0,00
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2011	431	БУЛОЧКА РОЗОВАЯ (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи, сахар песок, соль йодированная, свекла, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), вода питьевая)	55	4,92	1,89	39,69	172,00	0,14
Итого			**480**	**25,03**	**25,19**	**101,17**	**709,15**	**32,82**
Всего				**71,45**	**86,89**	**235,03**	**2 016,80**	**64,65**

МЕДИЦИНСКАЯ СЕСТРА _____

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 83
_____ /Шиманко И.Н./

МЕНЮ
8 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	1,29	2,88	16,02	93,99	1,76
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, молоко ультра пастер. 2,5% жирности, крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная)	150	5,32	4,59	38,27	216,36	0,57
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко ультра пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	3,21	2,43	13,24	88,24	0,52
2024	ТК № 1	БАНАН СВЕЖИЙ (банан)	100	1,50	0,50	21,02	96,09	10,01
Итого			**480**	**11,32**	**10,40**	**88,55**	**494,68**	**12,86**
II Завтрак								
2024	ТК № 49	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ (ряженка 2,5% жирности)	200	2,80	5,00	13,14	90,07	0,60
Итого			**200**	**2,80**	**5,00**	**13,14**	**90,07**	**0,60**
Обед								
2011	77	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ (картофель, масло подсолнечное рафинированое "л.", рыба сельдь атлантическая среднесоленая неразделанная)	50	2,80	3,22	5,58	62,63	2,82
2024	ТК № 50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое "л.", вода питьевая, рыба треска филе, яйца куриные (шт.), соль йодированная, петрушка (зелень))	170/30/1	1,05	1,77	7,50	50,51	4,35
2024	ТК № 64	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, ЦВЕТНАЯ КАПУСТА) (картофель, морковь, капуста цветная, молоко ультра пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	3,37	8,74	19,96	172,67	17,61
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ (куриная грудка филе, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, молоко ультра пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинироеаное "л.", соль йодированная)	70	11,01	16,56	9,13	229,42	0,47
2024	ТК № 52	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА (слива сушеная (чернослив), вода питьевая, лимонная кислота, сахар песок)	180	0,45	0,14	29,55	123,20	0,24
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			**676**	**21,88**	**31,34**	**93,05**	**744,72**	**25,49**
Полдник								
2024	ТК № 66	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированое "л.", сухари панировочные, сметана 15% жирности)	200	35,58	19,87	31,62	456,66	0,39
2012	361	СОУС КЛЮКВЕННЫЙ (клюква, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	30	0,10	0,04	16,74	69,45	1,18
2008	442	СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ (сок мультифруктовый)	180	0,52	0,00	28,81	118,73	0,00
2024	ТК № 53	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			**430**	**37,70**	**20,49**	**87,45**	**697,24**	**1,57**
Всего				**73,70**	**67,23**	**282,19**	**2 026,71**	**40,52**

МЕДИЦИНСКАЯ СЕСТРА _____

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 83
_____ /Шиманко И.Н./

МЕНЮ
9 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, сыр полутвёрдый)	30	3,82	3,53	10,28	88,80	0,07
2024	ТК № 54	КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ (пшено, тыква свежая, молоко ультра пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	150	4,91	4,73	28,08	175,17	2,00
2024	ТК № 23	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко ультра пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,81	3,12	11,25	89,46	0,58
2024	ТК№ 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарин)	100	0,96	0,24	9,00	45,60	38,00
Итого			**460**	**13,50**	**11,62**	**58,61**	**399,03**	**40,65**
II Завтрак								
2024	ТК № 33	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ (кефир 2,5 % жирности)	200	2,93	5,00	13,49	90,89	1,40
Итого			**200**	**2,93**	**5,00**	**13,49**	**90,89**	**1,40**
Обед								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (огурцы грунтовые, масло подсолнечное рафинированое "л.", соль йодированная)	50	0,52	1,08	1,63	18,24	6,53
2024	ТК № 56	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированое "л.", вода питьевая, сметана 15% жирности, говядина б/к, соль йодированная, укроп)	180/10/10	4,39	6,72	7,37	112,18	6,04
2012	288	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ (говядина б/к, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, вода питьевая, лук репчатый, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста)	70/25	11,38	10,58	9,70	182,42	0,56
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко ультра пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	2,89	2,56	19,73	113,91	9,59
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ (варенье, сахар песок, крахмал картофельный, лимонная кислота, вода питьевая)	200	0,07	0,05	30,13	119,24	0,18
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			**735**	**23,49**	**22,12**	**96,70**	**685,78**	**22,90**
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (яйца куриные (шт.))	40	4,98	4,50	0,27	61,53	0,00
2024	ТК № 58	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (капуста белокочанная, говядина б/к, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое "л.", яйца куриные (шт.), соль йодированная)	200	12,49	14,43	12,51	230,97	19,80
2024	ТК № 59	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	180	0,87	0,17	17,63	75,08	1,44
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	451	ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ (мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированое "л.", яйца куриные (шт.), яблоки, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, дрожжи, вода питьевая)	65	4,58	4,20	35,49	199,07	2,18
Итого			**505**	**24,24**	**23,48**	**74,38**	**607,44**	**23,42**
Всего				**64,16**	**62,22**	**243,18**	**1 783,14**	**88,37**

МЕДИЦИНСКАЯ СЕСТРА _____

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 83
_____/Шиманко И.Н./

МЕНЮ
10 день

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	1,29	2,88	16,02	93,99	1,76
2024	ТК № 60	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ (крупа ячневая, вода питьевая, сахар песок, молоко ультра пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	150	5,61	5,20	29,97	189,58	0,52
2024	ТК № 61	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, сахар песок, молоко ультра пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	2,95	2,43	10,75	77,29	0,55
2024	ТК № 11	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ (йогурт 2,5% жирности 0,125)	100	2,80	2,50	4,51	49,52	0,70
Итого			**480**	**12,65**	**13,01**	**61,25**	**410,38**	**3,53**
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ (молоко ультра пастер. 2,5% жирности)	200	5,94	5,12	9,83	110,52	1,10
Итого			**200**	**5,94**	**5,12**	**9,83**	**110,52**	**1,10**
Обед								
2024	ТК № 25	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленые)	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, фасоль, лук репчатый, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая, сметана 15% жирности, говядина б/к, соль йодированная, петрушка (зелень))	175/15/10	7,26	7,00	12,19	145,90	6,54
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (говядина б/к, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, молоко ультра пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	70	10,73	11,18	7,19	172,14	0,08
2024	ТК № 64	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, ЦВЕТНАЯ КАПУСТА) (картофель, морковь, капуста цветная, молоко ультра пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	3,37	8,74	19,92	172,53	17,59
2024	ТК № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ (сахар песок, клюква, протертая с сахаром, вода питьевая)	180	0,05	0,00	14,54	57,94	0,00
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			**690**	**26,05**	**28,10**	**82,83**	**694,80**	**26,71**
Полдник								
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (картофель, сухари панировочные, говядина б/к, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, лук репчатый)	200	15,69	16,58	28,09	324,33	13,28
2024	ТК № 62	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	50	0,40	0,05	1,26	7,07	5,05
2024	ТК № 65	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (лимонная кислота, вода питьевая, сахар песок, сушеные абрикосы без косточки (курага))	180	0,76	0,05	17,10	72,46	0,24
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ (масло подсолнечное рафинированое "л.", соль йодированная, сахар песок, дрожжи, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт, петрушка (зелень), масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, капуста белокочанная)	65	5,46	7,16	26,66	192,96	6,06
2024	ТК № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
Итого			**530**	**24,63**	**24,15**	**87,95**	**668,21**	**24,63**
Всего				**69,27**	**70,38**	**241,86**	**1 883,91**	**55,97**

МЕДИЦИНСКАЯ СЕСТРА _____